



ryko  
SPA

rykospa.com  
relax@rykospa.com  
0136 55 6418



## Ry-ko (来光)

1. Sunrise.
2. Lines of morning light spread across the land.
3. The light that shines from an awakened mind.



A healing sanctuary for the restoration of wellbeing.  
A time to relax, repair, revive and reconnect with your deepest self.

“ Your body is precious.  
It is a vehicle for achieving your highest ideal.  
Treat it with care. ”



## Weightlessness Therapy

### Experience deep, restorative relaxation.

#### Perfect for:

- Exercise recovery
- Stress relief
- Meditation

Using local mountain spring water filled with mineral salts that make you float, this is a rare opportunity to let your body be totally free of gravity. This allows you to let go of the need for any muscular effort, so that you can relax completely and drift easily into a peaceful state of mind.

The ultra-deep relaxation of floating resets the body's hormonal and metabolic balance, strengthening resistance to and accelerating recovery from the effects of strenuous exercise, stress, aches and pains.

Floating allows you to enter a realm of ease, tranquility and creativity—also known as the theta state. An easier way to experience the meditator's mind.

Float in silence, listen to music or take a guided meditation journey. You can also bring your own music device to plug in if you want.

#### Float Sessions (60 min/90 min)

Leave the world behind you as you float in tranquil weightlessness.



# Body Treatments

## **Remedial Treatment (60 min/90 min)**

This massage is to address specific aches and pains. Even a single session can result in a significant reduction in discomfort and a restoration to better functioning.

## **Zen-Body, Aroma Mind (60 min/90 min)**

Uniting Eastern and Western traditions, this is an aromatherapy oil-based massage that works on both relieving tired and sore muscles as well as removing blocked energy from the energy lines of the body. Choose your oil from one of our specially crafted Japanese essential oil blends. Pressure can be varied as per preference. You will emerge feeling lighter, refreshed and ready for action.

## **Ski Boot Relief (60 min/90 min)**

Targeting specifically the foot, ankles and calves, this treatment provides recovery from the typical issues facing those wearing ski boots all day.

## **Oriental Healing Treatment (60 min/90 min)**

Working through clothing and without oil, this treatment involves the application of pressure to specific areas of the body's surface, achieving a reduction of muscular aches and pains as well as a restoration of the nervous, lymphatic, hormonal and circulatory systems, resulting in overall health improvement.

## **Oil Treatment (60 min/90 min)**

This treatment is based on the Swedish Massage tradition with the purpose of relaxing the entire body. Pressure can be light or deep according to preference.

## **Deep Tissue Treatment (60 min/90 min)**

This is a more intense form of oil-based massage characterised by firm pressure and slow strokes to reach the deeper layers of muscle and connective tissue. The treatment is used to address and relieve tight and contracted muscles.

## **Aromatherapy Treatment (60 min/90 min)**

We offer you the choice of six unique, custom-made oil blends, each made from quintessentially Japanese oils. Take the sensory journey of selecting your favourite on the day; let your nose decide. Each of the blends has a different overall effect on your body.

## **Hot Stone Therapy (60 min/90min)**

Perfectly heated volcanic rocks are smoothed over the skin creating a pleasurable warmth throughout the body and encouraging a deep release of tired and sore muscles.

## **Warm Herbal Poultice Treatment (60min/90 min)**

This treatment involves the combination of oil massage together with the application of a warm compress containing a specialised formulation of herbs that go much further in helping to ease muscular and joint discomfort.

## **Reflexology (60 min/90 min)**

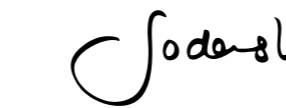
A specialised form of massage of the feet or hands (or both). This ancient healing art induces a deep state of relaxation and has been scientifically proven to increase circulation throughout the whole body.

## **Pregnancy Treatment (60 min/90 min)**

For women in their 2nd or 3rd trimester of pregnancy, this treatment will help to relieve muscle aches and joint pains, improve circulation, reduce stress and anxiety and contribute to an overall improvement in bodily comfort.



# Body Care



Luxurious, high-performance skincare meticulously crafted using the highest quality plant essences and therapeutic grade essential oils, ethically sourced from around the world. Produced in Australia, Sodashi products are 100% natural, chemical free, and highly effective.

## Body Scrubs

### Sodashi Luxury Foot Treatment (30 min)

The most luxurious way to revitalise tired, sore legs and feet, this treatment begins with Sodashi's invigorating Himalayan Salt polish. Your lower legs and feet will then be massaged with Sodashi's Fitness Recovery Oil with the essences of ginger, arnica and eucalyptus.

### Sodashi Organic Green Tea Salt Therapy (60 min)

The combination of Sodashi's Organic Green Tea and Himalayan Salt offers a detoxifying body exfoliant that promotes healthy, smooth skin and eliminates toxins. The mineral-rich Himalayan Crystal Salts stimulate circulation while Green Tea provides a boost of antioxidants. As a finishing touch the application of a lime and lemongrass scented Sodashi moisturiser will leave your skin with a beautiful, healthy glow.



# Facial Therapies

Sodashi

## Men's Facial by Sodashi

### ManKind Facial (60 min)

Designed to treat men's specific skin concerns, this treatment begins with a relaxing Sodashi Himalayan salt therapy back scrub to ease stress and reduce tension in the mind and body. A deep cleansing and exfoliating facial balances the skin's natural oils, soothing irritation and preventing ingrown hairs. The treatment closes with a relaxing massage to tone and firm facial muscles, leaving the face looking fresh and revitalised.

## Luxury Facials by Sodashi

### Samadara Illuminating Age-Defying Facial (75 min)

Samadara is Sodashi's most powerful anti-ageing range to transform and revitalise the skin, increasing firmness and elasticity, diminishing the appearance of fine lines and restoring a youthful glow. This treatment incorporates a unique alchemy of pure botanical extracts complemented by an Elixir oil infusion containing finely ground Rose Quartz crystals. This treatment dramatically restores the skin's luminosity and natural resilience, leaving the skin looking clear, translucent, more lifted and firmed.

### Thermal Infusing Facial (75 min)

An intensive boost of nature's most potent vitamins and minerals, this is a high performance facial incorporating Sodashi's exclusive warm infusing mask to maximise penetration of essential ingredients into the deeper layers of the skin. This indulgent treatment is tailored to individual skin needs: to purify and deeply cleanse, or to nourish, it leaves skin hydrated and toned. Restoring forgotten elasticity and radiance, this is more than a facial – it's nature's face lift.

### Brightening Marine Mineral Facial (60min)

Bring life back to your skin with this revitalising and brightening facial. With the intelligence of marine plants such as seaweed and spirulina, this facial is designed to oxygenate the skin, restore and increase radiance and add a natural glow to your complexion. A face mask will be painted onto the skin and left to infuse while you enjoy an arm, hand and scalp massage for ultimate relaxation and restoration.

### Pure Radiance Facial (60 min)

A journey of total renewal and deep relaxation, this treatment will significantly enhance the radiance of your complexion. The treatment begins with aromatic warm facial compresses to soften and exfoliate, followed by the application of a nurturing face mask rich in herbal extracts to purify and hydrate the skin. This facial experience can be tailored to individual skin needs, utilising Sodashi's luxurious Plant Essence Synergies to leave skin revitalised and fresh.

### Stop and Relax Facial (30 min)

This express treatment will boost your complexion with a facial cleanse, Sodashi's unique exfoliating compresses, leave-on gel mask, and a luxurious facial massage. The treatment is completed with application of nutrient rich moisturisers for the face, neck, eye and lip areas.

## Basic Express Treatments

**Head Treatment (30 min)**

**Shoulder & Back Treatment (30 min)**

**Foot Treatment (30 min)**



## Luxury Express Facial

**Stop and Relax Facial (30 min)**

## Signature Experiences

**Après-Ski Full Revitalisation (2 hrs)**

- 30 min Ski Boot Relief
- 60 min body treatment
- 30 min Therapist-Assisted Stretching

The perfect way to come off the slopes: first a foot and leg massage, followed by a full-body massage, followed by a passive stretching session (where our therapist does all the work) to prepare you for your next day of active fun.

**Mind, Body & Face Renewal (2 hrs)**

- 60 min body treatment
- 60 min Sodashi back scrub and facial

Leave nothing out. Rest your mind, reset your body and nourish your face with this lovely journey of renewal and relaxation.

**Couples' Cocoon (2.5 hrs)**

- 60 min Sodashi organic green tea salt scrub
- 60 min body treatment
- 30 min Sodashi Facial

Delight together with this deluxe experience for couples. This truly holistic treatment is followed by a manual exfoliation with Sodashi Green Tea Salt Scrub. A 60 minute massage is next, concluding with the application of a geranium and mint body butter.

**Total Luxury Spa (3.5 hrs)**

- 60 min body treatment
- 60 min Sodashi organic green tea salt scrub
- 90 min Sodashi Thermal Infusing Facial

The ultra-luxe version of the above — this is a journey of full relaxation and indulgence.

# General Conditions

## Spa Reservations

rykospa.com \ relax@rykospa.com \ 0136 55 6418

## Advance Booking

We highly recommend booking your treatment in advance to ensure that your preferred time and service are available.

## Arrival

Please arrive 15 minutes prior to your treatment in order to complete your health assessment form and take time to relax before your treatment.

## Cancellation Policy

Should you need to cancel or reschedule your appointment, as a courtesy we ask that you provide at least 24 hours' notice. For reservations cancelled less than 24 hours in advance, 50% of the cost will be charged. No-shows will be charged for the full cost of the treatment booked.

## Late Arrival

Late arrivals may result in lost treatment time unless our schedule enables us to offer you the full service.

## Health Conditions

Please advise us of any health conditions, allergies or injuries which could affect your experience when making your spa booking. We reserve the right to refuse service to customers carrying infectious diseases, skin conditions or influenza.

## In-Room Service

The Spa offers an in-room service at an extra cost per treatment. These treatments are on request and subject to availability. Please note some treatments and packages are not available in-room.

## Shared Treatments

If you want to spend a morning or afternoon being pampered together, please do not hesitate to ask for a double booking for shared treatments. We have a couples' treatment room available.

## Gift Vouchers

Spa gift vouchers can be purchased at the Spa.

## Spa Etiquette

Our Spa environment is one of tranquility and relaxation. Please respect all Spa guests' right to privacy and serenity.

## Mobile Phones

We kindly ask that mobile phones are switched off before entering the Spa to avoid disturbing other guests.

## Privacy

Filming or taking photos in the Spa without prior Spa approval is prohibited.

## Valuables

A box for safekeeping of valuables is provided in the treatment room but we recommend that no jewelry is worn at the Spa. The Spa will not be held responsible for the loss of money or valuables of any kind brought into the Spa premises.

## Age Requirement

Children under the age of 16 must be accompanied by an adult.

## Payment

All major debit and credit cards are accepted at the Spa reception. For Skye Niseko Hotel guests, treatments booked in the Spa can be charged to your room.

## Rates of Service

Please note rates are inclusive of tax and subject to change without prior notice.

## Smoking and Alcohol

Smoking and consumption of alcohol within the Spa is prohibited. We reserve the right to refuse service to people who are intoxicated.

## Pregnant Guests

We are able to provide a treatment for women in their 2nd or 3rd trimester of pregnancy.

# 注意事項

## ご予約

rykospa.com \ relax@rykospa.com \ 0136 55 6418

## 事前予約

お客様のご希望の日時、トリートメントを確実にするために事前のご予約をお勧めします。

## ご来店

カウンセリング、お着替えの時間として15分程いただいております。恐れ入りますがご予約時間の15分前にスパへお越しください。また、ご来店が遅れた場合にはトリートメントが短くなってしまう可能性がございます。ご了承ください。

## キャンセレーションポリシー

ご予約のキャンセル及び変更に関しては、24時間前までにご連絡ください。24時間以内のご連絡については50%、無断キャンセルの場合には100%のキャンセル料が発生します。

## 健康上のご申告

アレルギーやお怪我等、トリートメントを受けるにあたり影響を及ぼす健康上のご申告がございましたら、事前にスパセッションまでお伝えください。

## インルームサービス

お客様のお部屋にて行うインルームサービスにつきましては、お一人様ずつ別途料金が発生してまいります。インルームでのご提供が可能なトリートメントは限られておりますので、お問い合わせくださいませ。

## 保護者同伴

16歳以下の子様は、保護者の方とご来店くださいませ。

## カップルルーム

お友達やご家族と共にトリートメントを受けたい場合には、カップルルームのご用意もございます。お客様のご希望をスパセッションまでお申し付けください。

## 携帯電話

スパは全てのお客様にゆっくりとおくつろぎいただくスペースでございます。スパにお越しになる際には携帯電話の電源はお切りいただくか、サイレントモードに設定いただきますようお願い申し上げます。

## スパ施設内での撮影

スパでの写真・映像の撮影につきましては、事前に許可申請をいただく必要があります。

## 貴重品管理

スパへは装飾品等をお持ち込みいただかないようお願い申し上げます。万が一、盗難・紛失等発生した場合にはスパでは一切の責任を取り兼ねます。

## お支払い

ご宿泊のお客様はお部屋付でのお支払いとさせて頂いておりますが、スパセッションにて主要クレジットカードでもお支払いいただけます。また、料金には税が含まれており、事前の告知なく変更がある場合もございます。

## 喫煙及び飲酒

スパ内の喫煙及び飲酒については固く禁じられております。また、酩酊状態のお客様及び感染病(皮膚病、インフルエンザ等)をお持ちの方のご利用はご遠慮させていただきます。

## ご妊娠中のお客様

ご妊娠中の方は、16週目/4ヶ月目以降ご予約を承ります。

# シグネチャー エクスペリエンス

## アプレス スキー フル リバータライゼーション (2時間)

- ・スキーブーツリリーフ 30分
- ・ボディトリートメント 60分
- ・ストレッチ 30分

スロープの上で過ごされた後に最適のパッケージです。  
脚を重点的に行うだけでなくストレッチを取りいれながら、  
全身の強張った筋肉をオイルトリートメントでほぐしていきます。  
翌日以降のアクティビティに向けてお身体を調整します。

## カップルズ コクーン (2.5時間)

- ・Sodashiグリーンティ オーガニック ソルトスクラブ60分
- ・ボディトリートメント60分
- ・Sodashiフェイシャルトリートメント30分

カップルやご友人等、大切な方と一緒にお受けいただける  
トータルケアトリートメントです。  
Sodashiの香りに包まれ贅沢な時間をお過ごしください。

## マインド、ボディ&フェイス リニューアル (2時間)

- ・ボディトリートメント60分
- ・Sodashiバックスクラブ&フェイシャル60分

ボディトリートメントとSodashiのフェイシャルで仕上げていきます。  
背中のスクラブから始まるフェイシャルは爽快感とリラクゼーションを  
同時に体験頂けます。日常を忘れ、心身ともに休息することで活力を  
取り戻します。

## トータル ラグジュアリー スパ (3.5時間)

- ・ボディトリートメント60分
- ・Sodashiグリーンティ オーガニック ソルトスクラブ60分
- ・Sodashiサーマル インフュージョン フェイシャル90分

マインド・ボディ&フェイスリニューアル"よりさらにワンランク上の  
トリートメントです。全身のスクラブ、トリートメント、さらに石膏マスクを  
使用したフェイシャルにより全身に輝きを与えていきます。  
ゆったりとした時間の中でラグジュアリーなひとときをお楽しみください。

# ベーシック エクスプレス マッサージ

## ヘッド トリートメント (30分)

## ショルダー&バック トリートメント (30分)

## フット トリートメント (30分)

# ラグジュアリー エクスプレス フェイシャル

## ストップアンドリラックスフェイシャル (30分)



# フェイシャルセラピー

Sodashi

## Sodashi ソダシ

### サマダライルミネイティング エイジディファイングフェイシャル(75分)

Sodashi最高級のエイジングライン"サマダラ"を使用した贅沢なフェイシャルです。癒しのバイブレーションを持つローズクォーツとセラピストのハンドテクニックでしっとり滑らかなお肌に仕上げ、若々しい輝きを蘇らせます。

### サーマル インフュージョン フェイシャル(75分)

温熱効果のある石膏マスクを使用することにより、お肌の血行を促し有効成分がより浸透しやすくなります。お肌を活性させることで、光り輝く滑らかなお肌に整えます。

### ブライトニング マリンミネラル フェイシャル(60分)

くすみやシミを気にされている方におすすめです。海洋天然成分により明るく透明感のあるお肌へ導きます。

### ピュア ラディアンス フェイシャル(60分)

セラピストがお客様の肌に合わせたマスクを選び、お手入れすることでお肌にツヤと元気を与えます。

### ストップ & リラックス フェイシャル(30分)

お時間のない方やSodashiフェイシャルを試されたい方へのエクスプレスフェイシャルです。

## メンズフェイシャル

### マンカインド フェイシャル (メンズフェイシャル)(60分)

Sodashiの男性専用の化粧品ラインを使用したトリートメントです。背中のスクラブから始まり、男性特有のお肌の悩みに特化したお顔のお手入れへと移行していきます。



# ボディケア



ラグジュアリーで高いパフォーマンス性を持つSodashiはオーストラリア発コスメティックブランドです。世界各国から集められた最高級品質の植物原料とエッセンシャルオイルを使用した製品は100%ナチュラルでケミカルフリーでできています。素晴らしい香りと高い効能をお楽しみください。

## ボディスクラブ

### Sodashiオーガニックグリーンティー ソルトセラピー(60分)

Sodashiのオーガニック ヒマラヤソルトと抗酸化作用のある緑茶パウダーで全身をスクラブし、お肌を整え柔らかく仕上げます。Sodashiのエッセンシャルオイルの香りを楽しみながら受け付けていただけるラグジュアリーなボディケアトリートメントです。

### Sodashiラグジュアリー フット トリートメント(30分)

Sodashiのオーガニックヒマラヤソルトで膝下のスクラブをした後、ビタミン豊富なオイルでのマッサージ、ジャスミンの香りのボディクリームで仕上げるラグジュアリーなフットケアトリートメントです。



# ボディワーク

## リメディアル トリートメント(60分・90分)

多彩なテクニックを使い、不調な部分を中心に行うオーダーメイドのトリートメントです。

## 禅・ボディアロママインド(60分・90分)

東洋と西洋の伝統のボディトリートメントと、マインドをリラックスさせるアロマセラピーを取り入れたライコウスパ オリジナルトリートメントです。エネルギーラインを刺激し流れをよくすることで全身が軽くなり、リフレッシュされます。

## スキーブーツリリーフ(60分・90分)

スロープの上で一日過ごされた後やアクティビティ後にお勧めです。脚全体を入念にほぐし、凝り固まった筋肉を和らげるオイルトリートメントです。

## オリエンタルヒーリング トリートメント(60分・90分)

衣服の上から経絡に沿ってもみほぐす、オイルを使用しないトリートメントです。血液の循環を促し筋肉の疲労を軽減し、身体全体のコンディションを整えます。

## オイル トリートメント(60分・90分)

北海道産のライスプランオイルを使用し、優しいタッチで緊張やストレスをほぐします。

## ディープティッシュ トリートメント(60分・90分)

北海道産のライスプランオイルを使用し、筋肉に沿って深い刺激を与えていきます。スポーツ後の筋肉疲労におすすめです。

## アロマセラピー トリートメント(60分・90分)

和の香りの精油を取り揃えました。精油の香りを楽しみリラックスしていただきながら、筋肉をほぐしてまいります。その日の気分により心地よく感じるブレンドをお選びください。

## ホットストーン セラピー(60分・90分)

火山のマグマから生まれた玄武岩は身体を芯から温め、手では届きづらい筋肉疲労の改善が期待できます。また石のエネルギーにより血流を促すだけでなく深いリラクゼーションへと導きます。

## ウォームハーバルポーティス トリートメント(60分・90分)

オイルマッサージに加え、タイの伝統的なハーブが詰まったハーバルボールをスチームしお肌に直接あてていきます。ハーブの蒸気と温熱効果が血行を促進し、筋肉や関節の不快感を和らげます。

## リフレクソロジー(60分・90分)

足の裏と掌の反射区を刺激することで、身体全体のバランスを整えます。

## pregnancy トリートメント(60分・90分)

妊娠16週目/4ヶ月目以降の定期的妊娠婦さん向けのオイルトリートメントです。負担のかかりづらい横向き中心で行い、妊娠中特有の不快感やストレスを和らげます。



## フロートタンクセラピー

喧騒から離れ、  
究極のリラクゼーションを  
ご体感ください。

下記の目的でのご利用に最適です:

- ・運動後の身体のメンテナンス
- ・ストレスの解消
- ・瞑想

フロートタンク内の温水は、エプソムソルトと呼ばれる硫酸マグネシウムを混ぜた高濃度の温塩水です。フロートタンクに浮かぶことで得られる無重力状態がマッサージでは緩みにくい深層筋を緩め、心身ともに深いリラクゼーションをご体験頂けます。また、他のマッサージとの相乗効果があがりやすくなります。タンク内で浮力に身を任せ外界からの光や音などを遮り五感を休めることで、深い瞑想状態へと導きます。

フロートセッション (60分・90分)





ryko  
SPA

健やかさを取り戻すための癒しの場です。

休息・修復・活力を補い、

内なる自分ともう一度繋がるためのひとときをお過ごしください。

“

あなたの身体は尊いものです。

心身ともに健康な身体があつてこそ目標に

向かい走ることができます。

自分自身を大切に扱いましょう。

”



Ry-ko (来光)

1. 日の出
2. 大地に降り注ぐ朝日の線
3. 悟りを開いた人物の光背



ryko  
SPA

rykospa.com  
relax@rykospa.com  
0136 55 6418